

УДК: 159.9:796.853.26-053.67

ISSN (Ukrainian ed. Online) 2523-4196  
2018, №2(8), С. 104–115.

**Психологія тактичного двобою юних каратистів**  
Шалар О.Г., Стрикаленко Є.А., Савченко-Марущак М.С.  
*Херсонський державний університет*

**Анотація.** *Мета:* вивчити психологічні якості юних каратистів і розробити методичні рекомендації щодо формування індивідуального стилю змагальної діяльності. **Матеріал і методи:** дослідження проводилося протягом 2014-2017 років з юними каратистами на базі навчально-виховного комплексу №56 та гімназії №30 м. Херсона. Використовувалася методика оцінки психічних властивостей юних спортсменів; методика визначення психологічного стилю мислення; методи математичної статистики. **Результати:** доведено, що у 62 % юних каратистів переважає абстрактно-ситуаційний, у 30 % - абстрактний, а в 8 % - конкретно-ситуаційний тип мислення. **Висновки:** значну роль в досягненні максимального ефекту в тактичних діях юних каратистів грає індивідуальний стиль змагальної діяльності, використання якого призводить до перемоги. Він залежить від типу статури, рівня фізичного розвитку, психологічних якостей.

**Ключові слова:** карате, тактика, мислення, самоповага, тривожність, упертість, наполегливість, агресивність, стиль діяльності.

**Вступ.** У спортивній діяльності досить чітко вираженим є прагнення до спрямованого формування особистості, до виховання такого сплаву психічних властивостей, який би забезпечив спортсменові велику ймовірність успіху в змаганнях із певного виду спорту.

Якщо техніка і фізичні якості каратиста – це його переваги, то тактика боротьби – це уміння користуватися цією перевагою задля перемоги. Техніка, інтелект, фізичні, морально-вольові якості й тактика двобою завжди взаємозалежні. Тактичне мистецтво – це могутня зброя юного каратиста, що дозволяє йому раціонально використовувати свою спортивну підготовленість на

шляху до здобуття перемог (Бойченко, 2008).

Проблеми спортивної підготовки спортсменів висвітлені в роботах таких відомих вітчизняних та зарубіжних науковців (Виленская, 2006; Волков, 2002; Круцевич, 2005; Матвеев, 1999; Платонов, 1997).

Також розглядалися психологічні аспекти підготовки спортсменів, у тому числі і юних каратистів (Алексеев, 2006; Бойченко, 2007; Гринь, 2015; Ильин, 2009; Уэйнберг, & Гоулд, 1998; Яковлев, & Бабушкин, 2016).

Аналіз літературних джерел дозволив виявити праці присвячені детальному вивченню проблеми психології тактичного двобою у різних видах спорту (Бочелюк, 2007;

Госей Ямагучи, 1999; Гузар, Савченко-Марущак, & Шалар, 2016; Ояма, 2000).

У зв'язку з цим виникає необхідність проведення дослідження, спрямованого на виявлення взаємозв'язку між фізичною підготовленістю та психологічними аспектами тактики двобою юних каратистів. При цьому гостро постає питання про систематичний вплив на розвиток власного стилю ведення двобою юних спортсменів, застосування якого приведе до найвищого результату у змаганнях.

**Зв'язок дослідження з науковими програмами, планами, темами.** Наукова робота є складовою кафедральної науково-дослідної теми кафедри олімпійського та професійного спорту ХДУ «Оптимізація навчально-тренувального процесу спортсменів різної кваліфікації» № державної реєстрації 0116U005791

**Мета дослідження** – вивчити психологічні якості юних каратистів та розробити методичні рекомендації щодо формування індивідуального стилю змагальної діяльності.

**Матеріал і методи дослідження.** Дослідження проводилось протягом 2014-2017 років із юними каратистами на базі Навчально-виховного комплексу №56 та Гімназії №30 м. Херсона.

Вік каратистів коливався від 6 до 12 років у 2014 році, від 6 до 14 років у 2015 році та від 7 до 15 років у 2016 році.

Експериментальна робота з юними каратистами тривала 3 роки.

На першому етапі, який проходив у 2014-2015 роках, у дослідженні взяло участь 52 юних каратисти, яких поділили на 3 групи: до першої групи потрапили каратисти віком від 6 до 7 років, до другої – від 8 до 10 років, до третьої – від 11 до 12 років. Визначались фізичний розвиток, функціональна підготовленість та рівні фізичної підготовленості юних каратистів.

На другому етапі, який проводився протягом 2015-2016 років, взяло участь лише 13 дітей, оскільки частина дітей покинуло тренування, перейшовши у інші види спорту. Досліджувались фізичний розвиток, функціональна підготовленість, рівні фізичної підготовленості, психічні властивості особистості.

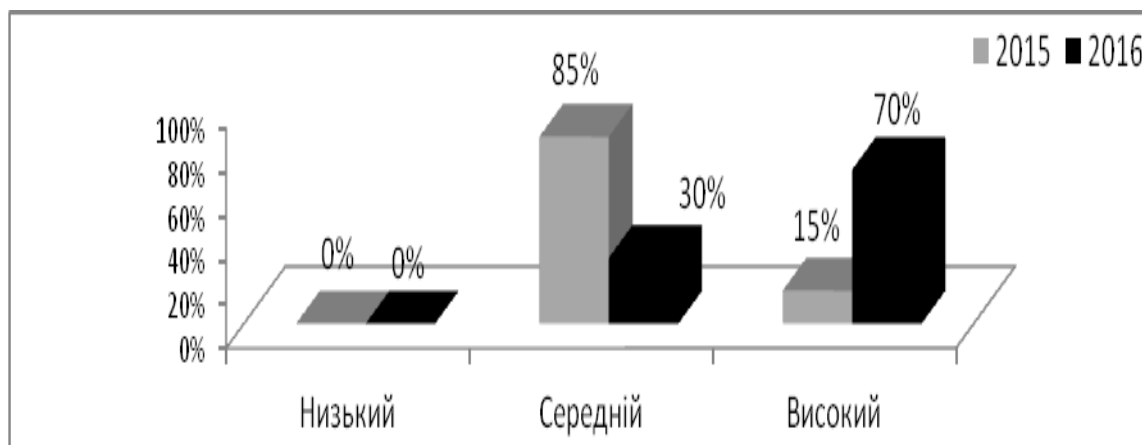
На третьому етапі, який проводився протягом вересня 2016-березня 2017 років, взяло участь 13 дітей із попереднього етапу. На цьому етапі тривала робота щодо формування індивідуального стилю змагальної діяльності юних каратистів. Досліджувались фізичний розвиток, функціональна підготовленість, рівні фізичної підготовленості, психічні властивості особистості та психологічного стилю діяльності.

Для вирішення поставлених завдань використовувались такі методи: аналіз та узагальнення літературних джерел; методи оцінки фізичного розвитку та функціональної підготовленості; методи визначення фізичної підготовленості; методика оцінки

психічних властивостей юних спортсменів; методика визначення психологічного стилю мислення; методи математичної статистики.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Суб'єктами нашого

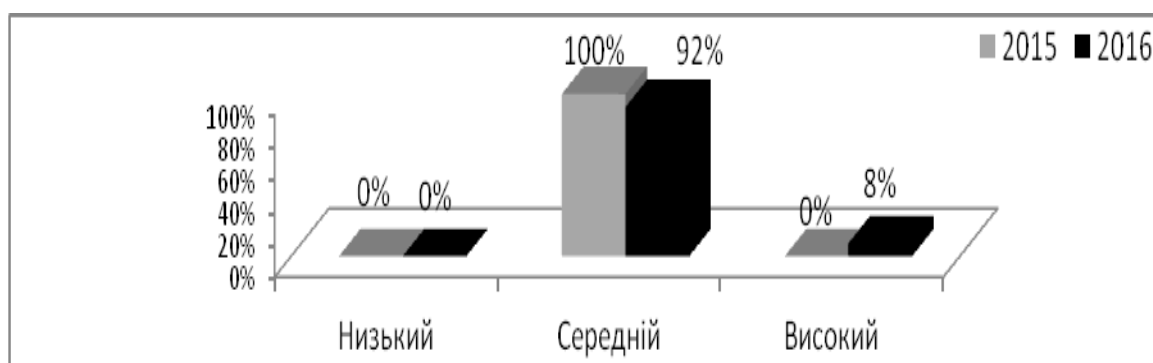
дослідження виступили юні каратисти різних статевих груп віком від 6 до 15 років. Рівні самоповаги юних каратистів (за Розенбергом) та потреби в досягненні наведені на рис.1-2



**Рис.1.** Рівні самоповаги юних каратистів

Отже, щодо рівнів самоповаги, то у 2016 році у порівнянні з минулим, кількість спортсменів з низьким рівнем залишилась без змін; з середнім зменшилась на 55 %; з високим збільшилась на 55 %. Спостерігається загальна тенденція росту кількості дітей високого рівня самоповаги з 2015 по 2016 рр. Аналізуючи дані (рис.2) зробимо

висновки, що у 2016 році дітей із низьким рівнем самоповаги у секції кіюкушин карате немає; дітей із середнім рівнем 92 %, що на 8 % менше, ніж у минулому році; каратистів із високим рівнем на 8 % більше відповідно. Спостерігається загальна тенденція росту кількості дітей високого рівня самоповаги з 2015 по 2016 рр.

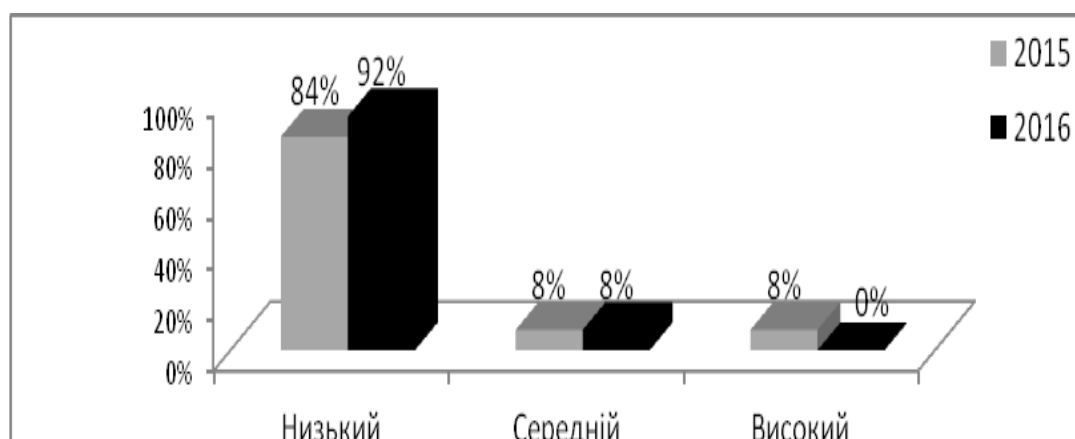


**Рис.2.** Рівні потреби в досягненні юних каратистів

Висока доля середнього рівня розвитку психічних властивостей особистості і відсутність низького рівня свідчить про те, що у юних каратистів яскраво виражене почуття власної гідності, вони мають своє місце у колективі, добрі відносини із однолітками, а заняття кіокушин карате сприяє розвитку лідерських якостей і мотивує до досягненні високих результатів у спортивній діяльності. Мала доля високого рівня властивостей особистості свідчить про тенденцію,

яку можна описати так: не всі діти, які займаються спортом стануть олімпійськими чемпіонами, оскільки професійний спорт потребує наполегливості, тяжкої та клопіткої праці над собою.

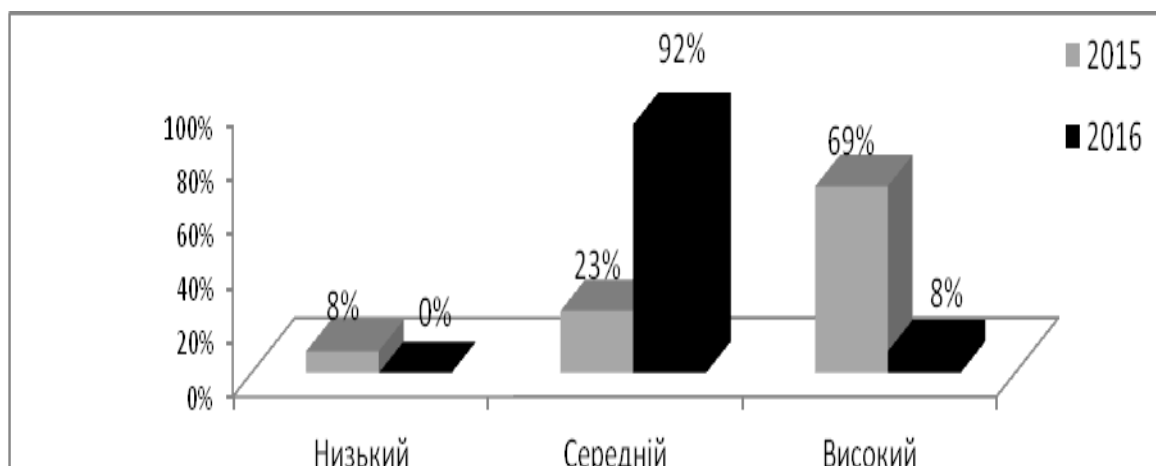
Ми досліджували також рівні реактивної та особистісної тривожності, які також грають важливу роль у становленні особистості юних каратистів. Результати дослідження наведені на рис. 3-4.



**Рис.3.** Рівні реактивної тривожності юних каратистів

Отже, аналіз результатів реактивної тривожності показав, що у 2016 році у порівнянні з минулим, дітей із низьким рівнем збільшилась на 8 %, а з високим зменшилась на 8 %. Наявність таких результатів свідчить про те, що у більшості дітей спостерігається низький рівень тривожності та висока увага. Це пов'язано з фізичною підготовкою, у процесі якої діти вчаться керувати власним страхом, тривогою, невпевненістю під час тренувальних боїв, вправ та завдань. Відсутність наявності високого рівня

тривожності не потребує особливої уваги тренера, спортивного лікаря і психолога, бо низька тривожність виключає схильність спортсменів до появи нав'язливих думок про невдачу в майбутніх змаганнях. Аналіз результатів стосовно рівнів особистісної тривожності виявив, що у 2016 році у порівнянні з минулим, кількість юних каратистів, які мають низький рівень тривожності зменшилась на 8 %; які мають середній рівень збільшилась на 69 %; які мають високий рівень зменшилась на 61 %.

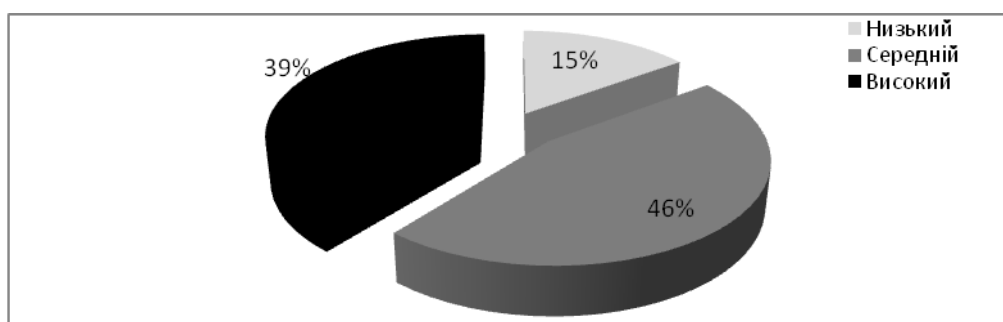


**Рис.4.** Рівні особистісної тривожності юних каратистів

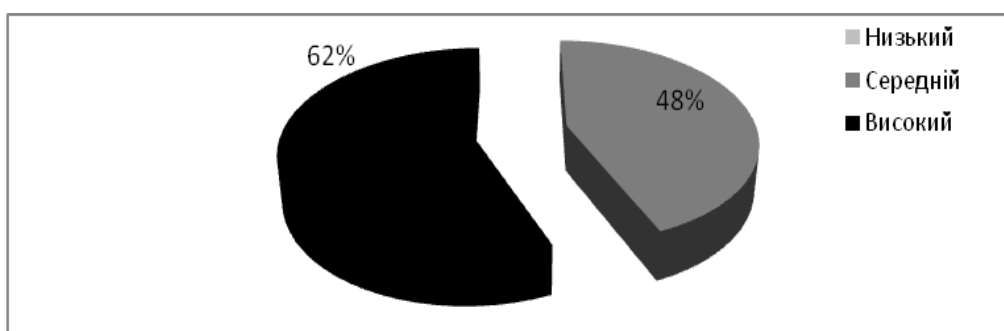
Такі показники свідчать про те, що у всіх дітей спостерігається гармонійний психічний стан, який пов'язаний з добробутом у сім'ях, добрим самовідношенням до себе,

наявністю власної гідності та психічною стійкістю та рівновагою.

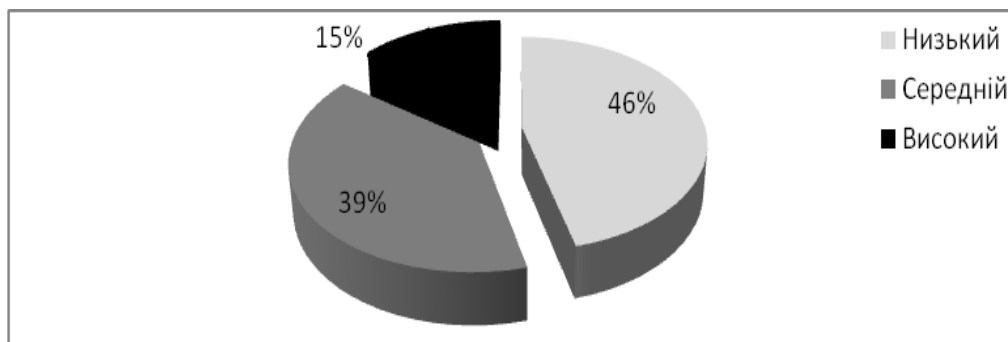
Результати досліджень вольових якостей юних спортсменів представлені на рис. 5, 6.



**Рис.5.** Рівні впертості юних каратистів



**Рис.6.** Рівні настирливості юних каратистів

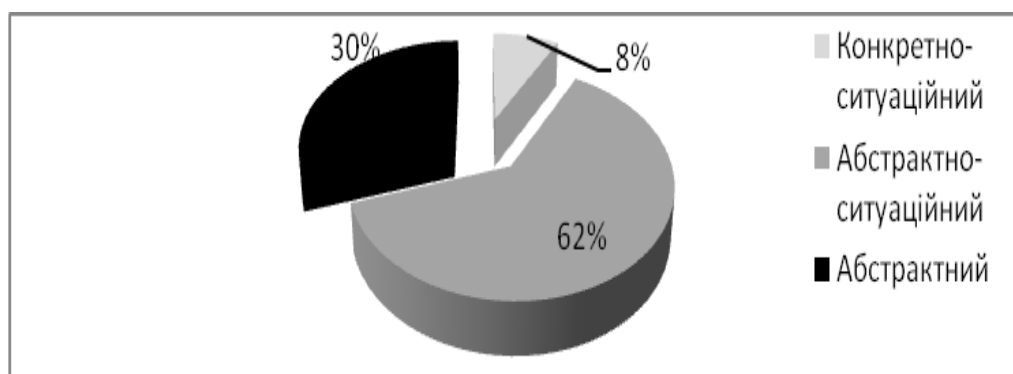


**Рис.7.** Рівні агресивної поведінки юних спортсменів

Аналізуючи результати досліджень вольових якостей юних каратистів у 2016 році зробимо висновок, що кількість дітей з низьким рівнем впертості нараховується 15 %, з середнім – 39 %, а з високим – 46 %; дітей з низьким рівнем настирливості немає, з середнім і високим майже порівну: 48 % та 62 % відповідно. Із рис.7 видно, що кількість дітей у гуртку кіокушин карате з низьким

рівнем агресії складає майже половину, з середнім – 39 %, а з високим лише 15 %. Таким чином, зробимо висновок, що діти розподілені пропорційно за рівнями агресії, а вид занять спортом не впливає на нього всебічно.

Результати дослідження інтелектуальних якостей, які представлені стилями мислення юних спортсменів, наведені на рис.8



**Рис.8.** Стилi мислення юних каратистів

Аналізуючи данні діаграми виявили, що у дітей гуртка кіокушин карате переважає абстрактно-ситуаційний стиль мислення – 62 %.

Абстрактний тип мислення спостерігається у 30 % дітей, а конкретно-ситуаційний лише у 8 %. Аналізуючи прояв вольових якостей юних каратистів (впертість,

настирливість, агресія) можна визначити для кожного спортсмена індивідуальний психологічний стиль ведення двобою (активний, пасивний).

Для кожної такої психологічної якості існує рівень розвитку (низький, середній та високий).



Таблиця 1

**Стилі діяльності юних каратистів, рівні (бали)**

Ім'я та прізвище каратиста	Вольові якості			Інтелектуальні якості	Середній бал за рівнями якостей	Стиль діяльності
	Впертість	Настирливість	Агресія	Істотні ознаки		
Микита Л.	2	3	2	1	2,3	Активний
Артем Д.	3	3	3	2	3	Активний
Кирил К.	3	2	1	2	2	Активний
Сергій Г.	2	3	3	2	2,7	Активний
Слава Р.	2	2	1	2	1,7	Пасивний
Антон Д.	1	2	2	2	1,7	Пасивний
Ліза С.	3	3	1	2	2,3	Активний
Тимофій І.	2	3	1	2	2	Пасивний
Маша Л.	3	2	1	2	2	Пасивний
Влад Щ.	3	3	2	2	2,7	Активний
Даня Я.	1	2	2	2	1,7	Пасивний
Саша М.	2	3	1	3	2	Пасивний
Микита Т.	2	3	2	3	2,3	Активний

На основі суб'єктивних суджень та тренерського досвіду можна визначити стиль ведення двобою, керуючись інформацією щодо психологічних особливостей юних каратистів. Якщо дитина в середньому набрала за усіма пунктами більше 2 балів, то її стиль тактичної діяльності можна визначити як активний. Якщо дитина у середньому набрала 2 та менше балів, то їй притаманний пасивний стиль діяльності (табл.1). Активний стиль діяльності позначимо рівнем 2, а пасивний – 1.

Отже, визначаючи психологічні стилі мислення (конкретно-ситуаційний, абстрактно-ситуаційний, абстрактний) та опираючись на багаторічні

спостереження за юними каратистами під час тренувань та участі у змаганнях, ми визначили, що дітей із активним стилем діяльності у групі кіокушин карате семеро, а з пасивним – шестеро.

Знаючи рівень агресії та психологічний стиль ведення двобою та стиль мислення спортсмена, можна розробити методику тренувань, яка буде індивідуальною для кожного юного каратиста, табл. 2.

Методика навчання індивідуальним тактичним діям юних каратистів розробляється тренером для кожного юного каратиста у залежності від стилю мислення та психологічного стилю ведення двобою.

Таблиця 2

**Методика навчання індивідуальним тактичним діям  
юних каратистів**

№ з.п.	Стиль мислення	Психологічний стиль ведення двобою	Методичні рекомендації
1	Конкретно-ситуаційний	Активний	Тактика «стрімкої атаки». Характерна для ендоморфів. Спеціальна фізична підготовка. На тренуванні необхідно звернути увагу на розвиток відчуття часу, швидких переміщень, зі зміною напрямку та темпу руху. Тренер повинен звернути увагу на удосконалення найкращих елементів техніки, напрацювання «особливих» прийомів захисту та нападу. Активний стиль передбачає роботу з суперником «першим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, рухаючись уперед, створювати натиск, а потім відступати. ЗФП. Розвиток швидкісно-силових якостей, координації.
2	Абстрактно-ситуаційний	Активний	Тактика «ігровик». Характерна для мезоморфів. Спеціальна технічна підготовка. Вправи на реакцію, захист від атак, переривання атак з контратакою, вправи на загартування тіла від ударів, «набивання» рук та ніг. Каратист заздалегідь не готує свої коронні технічні прийоми, а діє, пристосовуючись до стилю бою противника. Активний стиль передбачає роботу з суперником «першим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, рухаючись уперед, створювати натиск. ЗФП. Вправи на розвиток швидкісно-силових якостей, витривалості та власне сили.
3	Абстрактно-ситуаційний	Пасивний	Тактика «вичікування». Характерна для екоморфів. СФП. Тренування повинне навчити спортсмена відчувати час поєдинку, вміти затягувати час сутички. Відпрацювати до автоматизму коронні технічні прийоми, які допоможуть здобути бали. Виконання ударів у швидкому темпі. Вправи на координацію та реакцію. У парах імітувати дії суперників і напрацьовувати відповідні технічні прийоми для захисту та нападу. Пасивний стиль передбачає роботу з суперником «другим номером», тому на тренуваннях необхідно всі технічні прийоми виконувати, відступаючи назад. ЗФП. Розвиток витривалості, швидкості та координації.
4	Абстрактний	Активний	Тактика «комбінаційного» бою. Властива мезоморфу. Спеціальна технічна підготовка. Попередній перегляд відео боїв можливих майбутніх суперників, аналіз їх тактики ведення поєдинку, задумка плану ведення бою: з якої комбінації почати, який стиль своєї техніки обрати, які прийоми застосовувати. Напрацювання великої кількості технічних прийомів, особливих комбінацій. В парах з партнером відпрацювання технічних елементів на «лапах», «падах», «бій з тінню», бій з партнерами. ЗФП. Витривалість, сила та координація.

**Висновки.** Роль психологічного фактора в досягненні спортсмена під час змагань – безсумнівна. У боротьбі

спортсменів, приблизно рівних по фізичній і технічній підготовленості, перемагають ті, які у тактиці використовують велику волю до



перемоги, більш розвинуті морально-вольові якості, інтелект. Досягнення максимального ефекту від тактичних дій значною мірою залежить від високої фізичної підготовленості спортсмена, яка в свою чергу тісно пов'язано з розвитком у нього психологічних якостей.

Проаналізувавши результати тестувань за рівнями психічних властивостей особистості виявили, що самоповага у юних каратистів знаходиться на високому та середньому рівнях; потреба в досягненні на середньому; реактивна тривожність на низькому; а особистісна тривожність на середньому рівні.

Під час проведення дослідження виявили, що вольові якості у юних каратистів добре виражені: впертість та настирливість знаходяться на середньому та високому, а агресивна поведінка на низькому та середньому рівнях.

Дослідження показали, що у 62 % спортсменів переважає абстрактно-ситуаційний, у 30 % – абстрактний, а у 8 % – конкретно-ситуаційний тип мислення.

Успіх у змаганнях гарантований тому каратистові, який ефективно використовує свої вміння і задатки, які з'явилися природно чи під час заняття спортом. Значну роль грає індивідуальний стиль змагальної діяльності, використання якого приводить до перемоги. Він залежить від типу тіла будови, рівня фізичного розвитку, психологічних якостей. У залежності від манери ведення бою поєдинок носить активно-наступальний або позиційний (активно-оборонний) характер.

**Перспективи подальших досліджень у даному напрямку.** Для більш ефективного керування змагальною діяльністю юних каратистів варто провести аналіз якісних зв'язків між стилями діяльності, спортивною та психологічною підготовленістю.

**Конфлікт інтересів.** Автори відзначають, що не існує ніякого конфлікту інтересів.

**Джерела фінансування.** Ця стаття не отримала фінансової підтримки від державної, громадської або комерційної організації.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

- Алексеев, А. В. (2006). *Преодолей себя! Психическая подготовка в спорте*. Феникс, Ростов-на-Дону.
- Бойченко, Н. В., (2007). «Пути повышения эффективности тренировочного процесса в восточных единоборствах». *Физическое воспитание студентов творческих специальностей, ХГАДИ (ХХПІІ), № 2*, 148-150.
- Бойченко, Н. В., (2008). «Шляхи вдосконалення технічної підготовленості спортсменів-єдиноборців». *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : Збірник наукових праць, ХДАДМ (ХХПІІ), № 2*, 19-21.
- Бочелюк, В. Й. (2007). *Психологія спорту*. Центр учбової літератури, Київ.
- Виленская, Т. Е. (2006). *Физическое воспитание детей младшего школьного возраста: учебное пособие*. Феникс, Ростов-на-Дону.
- Волков, И. П. (2002). *Спортивная психология в трудах отечественных специалистов*. Питер, Санкт-Петербург.
- Госей Ямагучи, Н. (1999). *Основы годзю-рю карате*. ФАИР-ПРЕСС, Москва.

- Гринь, О. Р. (2015). *Психологічне забезпечення та супровід підготовки кваліфікованих спортсменів*. Олімпійська література, Київ.
- Гузар, В. М., Савченко-Марущак, М. С., & Шалар, О. Г. (2016). «Вплив фізичної підготовленості на властивості особистості юних каратистів». *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т.Г. Шевченка*. Вип. 139, 45-48.
- Ильин, Е. П. (2009). *Психология спорта*. Питер, Санкт-Петербург.
- Круцевич, Т. Ю. (2005). *Контроль в физическом воспитании детей, подростков и юношей*. Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев.
- Матвеев, Л. П. (1999). *Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов*. Олимпийская литература, Киев.
- Ояма, М (2000). *Это – карате*. ФАИР-ПРЕСС, Москва.
- Платонов, В. Н. (1997). *Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте*. Олимпийская литература, Киев.
- Уэйнберг, Р. С., & Гоулд, Д. (1998). *Основы психологии спорта и физической культуры*. Олимпийская литература, Киев.
- Яковлев, Б. П., & Бабушкин, Г. Д. (ред.) (2016). *Психология физической культуры*. Спорт, Москва.

Стаття надійшла до редакції: 22.12.2017 р.

Опубліковано: 10.02.2018 р.

**Аннотация.** Шалар О., Стрикаленко Е., Савченко-Марущак М. *Психология тактического поединка юных каратистов. Цель:* изучить психологические качества юных каратистов и разработать методические рекомендации по формированию индивидуального стиля соревновательной деятельности. **Материал и методы:** исследование проводилось в течение 2014-2017 годов с юными каратистами на базе учебно-воспитательного комплекса №56 и гимназии №30 г. Херсона. Использовалась методика оценки психических свойств юных спортсменов; методика определения психологического стиля мышления; методы математической статистики. **Результаты:** доказано, что у 62 % юных каратистов преобладает абстрактно-ситуационный, у 30 % - абстрактный, а в 8 % - конкретно-ситуационный тип мышления. **Выводы:** значительную роль в достижении максимального эффекта в тактических действиях юных каратистов играет индивидуальный стиль соревновательной деятельности, использование которого приводит к победе. Он зависит от типа телосложения, уровня физического развития, психологических качеств.

**Ключевые слова:** каратэ, тактика, мышление, самоуважение, тревожность, упрямство, настойчивость, агрессивность, стиль деятельности.

**Abstract.** Shalar O., Strikalenko E., Savchenko-Marushchak M. *Psychology of the tactical duel of young karate players. Purpose:* to study the psychological qualities of young karate players and develop methodological recommendations for the formation of an individual style of competitive activity. **Material and methods:** the study was conducted during 2014-2017 with young karatists on the basis of the educational complex No. 56 and gymnasium No. 30 in Kherson. The method used to evaluate the mental properties of young athletes was used; method of determining the psychological style of thinking; methods of mathematical statistics. **Results:** it is proved that 62 % of young karatekists are dominated by the abstract-situational, 30 % - abstract, and in 8 % - concrete-situational type of thinking. **Conclusions:** The individual style of competitive activity plays a significant role in achieving the maximum effect in the tactics of young karate players, the use of which leads to victory. It depends on the type of physique, level of physical development, psychological qualities.

**Key words:** karate, tactics, thinking, self-esteem, anxiety, stubbornness, perseverance, aggressiveness, style of activity.

## References

- Alekseev, A. V. (2006). *Preodolej sebja! Psihicheskaja podgotovka v sporte*. Feniks, Rostov-na-Donu.
- Boychenko, N. V., (2007). «Puti povyshenija jeffektivnosti trenirovochnogo processa v vostochnyh edinoborstvah». *Fizicheskoe vospitanie studentov tvorcheskikh special'nostej, HGADI (HHPI), № 2*, 148-150.
- Boychenko, N. V., (2008). «Shljahy vdoskonalennja tehnicnoi' pidgotovlenosti sportsmeniv-jedynoborciv». *Pedagogika, psihologija ta medyko-biologichni problemy fizychnogo vyhovannja i sportu : Zbirnyk naukovykh prac', HDADM (HHPI), № 2*, 19-21.
- Bocheljuk, V. J. (2007). *Psyhologija sportu*. Centr uchbovoi' literatury, Kyi'v.
- Vilenskaja, T. E. (2006). *Fizicheskoe vospitanie detej mladshogo shkol'nogo vozrasta: uchebnoe posobie*. Feniks, Rostov-na-Donu.
- Volkov, I. P. (2002). *Sportivnaja psihologija v trudah otechestvennyh specialistov*. Piter, Sankt-Peterburg.
- Gosej Jamaguchi, N. (1999). *Osnovy godzju-rju karate*. FAIR-PRESS, Moskva.
- Gryn', O. R. (2015). *Psyhologichne zabezpechennja ta suprovid pidgotovky kvalifikovanyh sportsmeniv*. Olimpijs'ka literatura, Kyi'v.
- Guzar, V. M., Savchenko-Marushhak, M. S., & Shalar, O. G. (2016). «Vplyv fizychnoi' pidgotovlenosti na vlastyosti osobystosti junyh karatystiv». *Visnyk Chernigivs'kogo nacional'nogo pedagogichnogo universytetu imeni T.G. Shevchenka. Vyp. 139*, 45-48.
- Il'in, E. P. (2009). *Psihologija sporta*. Piter, Sankt-Peterburg.
- Krucevich, T. Ju. (2005). *Kontrol' v fizicheskom vospitanii detej, podrostkov i junoshej. Nacional'nyj universitet fizicheskogo vospitanija i sporta Ukrainy*, Kiev.
- Matveev, L. P. (1999). *Osnovy obshhej teorii sporta i sistemy podgotovki sportsmenov*. Olimpijskaja literatura, Kiev.
- Ojama, M (2000). *Jeto – karate*. FAIR-PRESS, Moskva.
- Platonov, V. N. (1997). *Obshhaja teorija podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte*. Olimpijskaja literatura, Kiev.
- Ujejnberg, R. S., & Gould, D. (1998). *Osnovy psihologii sporta i fizicheskoy kul'tury*. Olimpijskaja literatura, Kiev.
- Jakovlev, B. P., & Babushkin, G. D. (red.) (2016). *Psihologija fizicheskoy kul'tury*. Sport, Moskva.

## Відомості про авторів:

**Шалар Олег Григорович:** кандидат педагогічних наук, доцент кафедри олімпійського та професійного спорту, доцент; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, Україна, 73000.

**Шалар Олег Григорьевич:** кандидат педагогических наук, доцент кафедры олимпийского и профессионального спорта, доцент; Херсонский государственный университет: ул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, Украина, 73000.

**Oleg Shalar:** Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Olympic and Professional Sports, Associate Professor; Kherson State University: 40 years of October, 27, Kherson, Ukraine, 73000.

<http://orcid.org/0000-0001-9878-5827>

e-mail: shalar@ksu.ks.ua

**Стрикаленко Євгеній Андрійович:** кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент, завідувач кафедри олімпійського та професійного спорту; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, Україна, 73000.

**Стрикаленко Евгений Андреевич:** кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент, заведующий кафедрой олимпийского и профессионального спорта; Херсонский государственный университет: ул. 40 лет Октября, 27, г. Херсон, Украина, 73000.

**Evgeny Strikalenko:** Candidate of Science in Physical Education and Sports, Associate Professor, Head of the Department of Olympic and Professional Sports; Kherson State University: 40 years of October, 27, Kherson, Ukraine, 73000.

<http://orcid.org/0000-0001-7686-8736>

e-mail: [strikalenko76@gmail.com](mailto:strikalenko76@gmail.com)

**Савченко-Марущак Марина Сергіївна:** магістрант; Херсонський державний університет: вул. 40 років Жовтня, 27, м. Херсон, Україна, 73000.

**Савченко-Марущак Марина Сергеевна:** магистрант; Херсонский государственный университет: ул. 40 лет Октября, 27 м. Херсон, 73000, Украина.

**Marina Savchenko-Marushchak:** master student; Kherson State University: 40 years of October, 27, Kherson, Ukraine, 73000.